

FREQUÊNCIA ALIMENTAR DE PRODUTOS INDUSTRIALIZADOS E GULOSEIMAS POR MILITARES NO MUNICÍPIO DE BAGÉ/RS.

NAPPARO, A. S.¹, TEIXEIRA, A.², CUNHA, C.³, SOUZA, L.⁴, PALOMINO, M.⁵

¹ Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil. Email:
alechandra_schwanck@hotmail.com

² Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil. Email:
amanda_teixeira2011@hotmail.com

³ Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil. Email:
caca.nog@hotmail.com

⁴ Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil. Email:
letycia_sousa@hotmail.com

⁵ Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos, Docente do Curso de Nutrição – URCAMP – Bagé – RS – Brasil. Email: monicapalomino1962@gmail.com

RESUMO

Percebe-se que a fome hoje é resultante não só da pouca disponibilidade alimentar para os grupos de baixa renda, mas também da redução da qualidade dos alimentos, excessivamente industrializados. Diante disso, o objetivo desta pesquisa foi conhecer hábitos alimentares e investigar o consumo de produtos industrializados e guloseimas de militares do 3º B LOG- Bagé-RS. A pesquisa foi exploratória, descritiva com delineamento transversal e a amostra foi escolhida de forma aleatória. Respeitando as considerações éticas, foi aplicado um questionário com variáveis sócio demográfico e de frequência alimentar e após os dados foram analisados no programa Epi-Data. Entre os resultados encontrados, observou-se que a maioria dos entrevistados era do sexo masculino 97,5% (n=117), apresentavam idade entre 18 e 25 anos 76,7% (n=92), solteiros 77,5% (n=93). Em relação ao consumo diário de guloseimas encontrou-se: bolacha salgada 12,5% (n=15), bolacha recheada 4,2% (n=5), waffer 5% (n=6), refrigerante 10% (n=12), suco pacote 13,3% (n=16), chips 4,2% (n=5) e bala de goma 8,3% (n=10). Alimentos processados: Empanados 5% (n=6), margarina 20% (n=24), maionese 8,3% (n=10), presunto 10% (n=12), queijo 10% (n=12), leite 25,8% (n=31) e achocolatado 13,3% (n=16). Grande parte dos militares são conhecedores dos danos causados à saúde por produtos industrializados, no entanto, não deixam de consumi-los. Dessa forma, salienta-se a importância de programas que levem informação e conscientização sobre alimentação saudável para a população alvo estudada.

Palavras-chave: Industrializados; guloseimas; frequência alimentar e militares.

1 INTRODUÇÃO

A indústria de alimentos foi, em grande parte, responsável pela mudança radical que se operou na alimentação nos últimos oitenta anos. Os produtos, inventados pela indústria, são novos ao paladar e aos hábitos. Assim, para facilitar sua aquisição valem algumas estratégias, de um lado a embalagem é extremamente colorida para chamar a atenção do consumidor, e do outro lado os produtos passam a ser fabricados incorporando enormes quantidades de açúcar, sal e gordura. Além disso, os aditivos químicos tornaram-se cada vez mais comuns (BLEIL 1998).

O autor afirma ainda que a fome hoje é resultante não só da pouca disponibilidade alimentar para os grupos de baixa renda, mas também da redução da qualidade dos alimentos, excessivamente industrializados. Isto se evidencia na anemia e na obesidade como grandes problemas de saúde pública, atingindo a todos os estratos sociais.

O aumento do consumo de produtos industrializados, somado ao sedentarismo, ocorre o agravamento do risco de desenvolvimento de diversas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão, obesidade, câncer, osteoporose, entre outras (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 1999 e 2006; CARVALHO e col., 2001; BERMUDEZ E TUCKER, 2003; MARTINS e col., 2003; WHO, 2003; MENDONÇA e ANJOS, 2004; apud BARROS, 2008).

Portanto, o objetivo desta pesquisa foi conhecer hábitos alimentares e investigar o consumo de produtos industrializados e guloseimas de militares do 3º B LOG- Bagé-RS.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi exploratória, descritiva com delineamento transversal e a amostra foi escolhida de forma aleatória, com 120 militares do 3º B-LOG Bagé – RS. Foi aplicado um questionário com variáveis sócio demográficas e de frequência alimentar, mediante o termo de consentimento livre e esclarecido devidamente assinado. Após tabulados os resultados no Programa Epi-Data, foi realizado a elaboração do relatório final para a publicação.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo foi desenvolvido com 120 militares, observou-se na Tabela 1 o predomínio do sexo masculino 97,5% (n=117) com idade 18 e 25 anos em 76,7% (n=92), em sua maioria eram solteiros 77,5% (n=93), metade (n=59), residiam em casa própria, com escolaridade entre ensino médio incompleto e completo 52,5% (N=63), também observou-se que 45,8% (n=55) eram soldados.

Variável	n	%	Variável	n	%
Gênero			Idade		
Feminino	3	2,5	18 a 25	92	76,7
Masculino	117	97,5	>26	28	23,3
Estado Civil			Residência		
Solteiro	93	77,5	Casa Própria	59	49,2
Casado	24	20	Alugada	37	30,8
Viúvo	3	2,5	Quartel	24	20

Tabela 1. Dados demográficos de militares do 3B-LOG Bagé/RS.

Os entrevistados praticavam atividade física fora do quartel em 72,5% (n=87). Observou-se ainda que 77,5% (n=93) dos militares faziam entre 3 a 5 refeições por dia, com consumo superior a 4 copos de água por dia 65,8% (n=79), relataram um funcionamento intestinal normal 92,5% (n=111).

Analisando o gráfico 1, observa-se um consumo aumentado de margarina, seguida de achocolatado e o embutido presunto, também ressalta-se que o consumo de leite diário foi inadequado entre a população pesquisada. Dados

semelhantes foram encontrados no estudo de Gimeno et. al. (2011) com adultos jovens, no qual foi relatado alto consumo de alimentos obesogênicos.

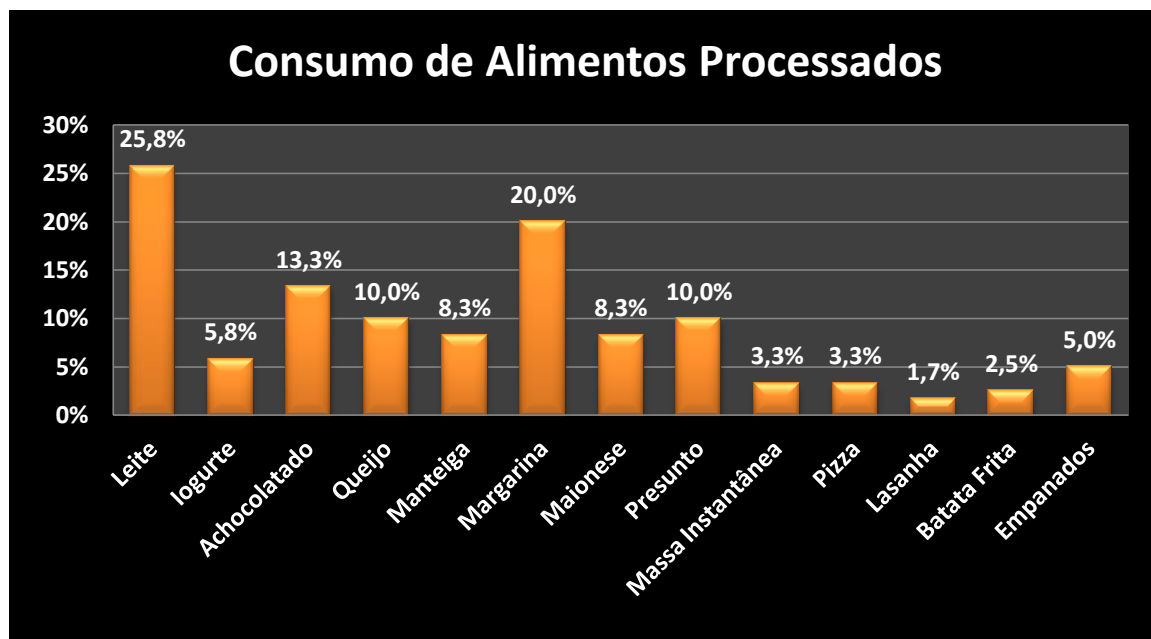


Gráfico 1. Consumo diário de alimentos processados por militares do 3º B-log Bagé/RS.

Com relação ao consumo de guloseimas, observou-se no gráfico 2, consumo diário de suco de pacote e refrigerante. Segundo Vieira et. al. (2002) observaram que o consumo de guloseimas se encontrou elevado entre os estudantes, à ingestão acentuada de guloseimas reflete a falta de tempo para a realização de refeições completas nos períodos de maior atividade acadêmica.

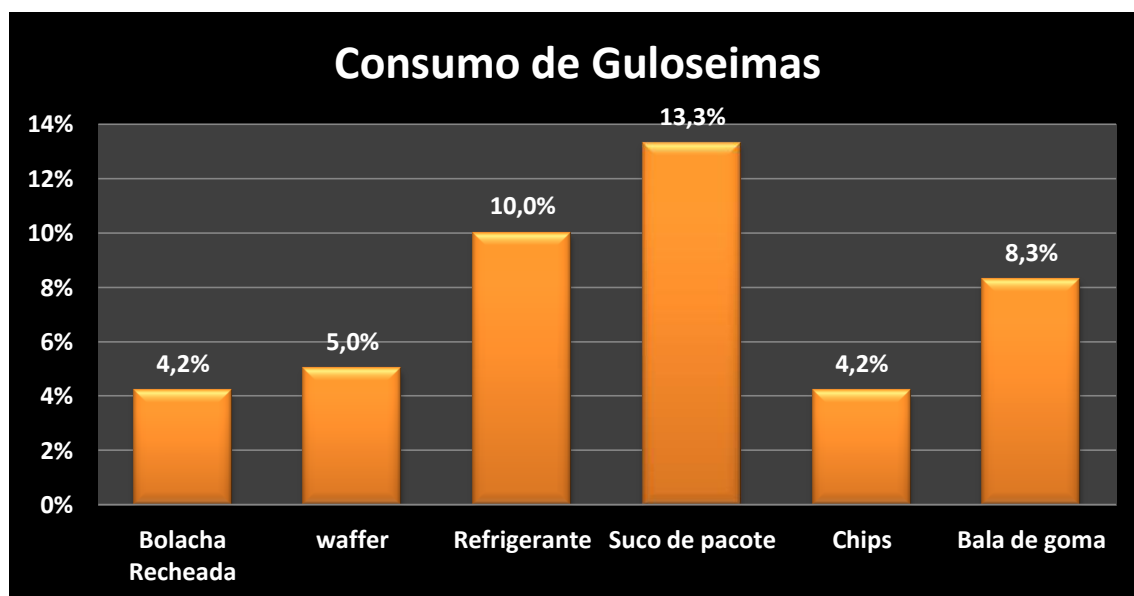


Gráfico 2. Consumo de guloseimas por militares do 3º B-log Bagé/RS.

As respostas dos militares acerca do consumo de alimentos industrializados e guloseimas, encontram-se no gráfico 3. Conforme os estudos (Maluf, 2000, Vieira et al., 2002), deve-se ficar atento a esta opção, que geralmente são refeições incompletas que se tornam prejudiciais quanto maior a frequência de consumo.

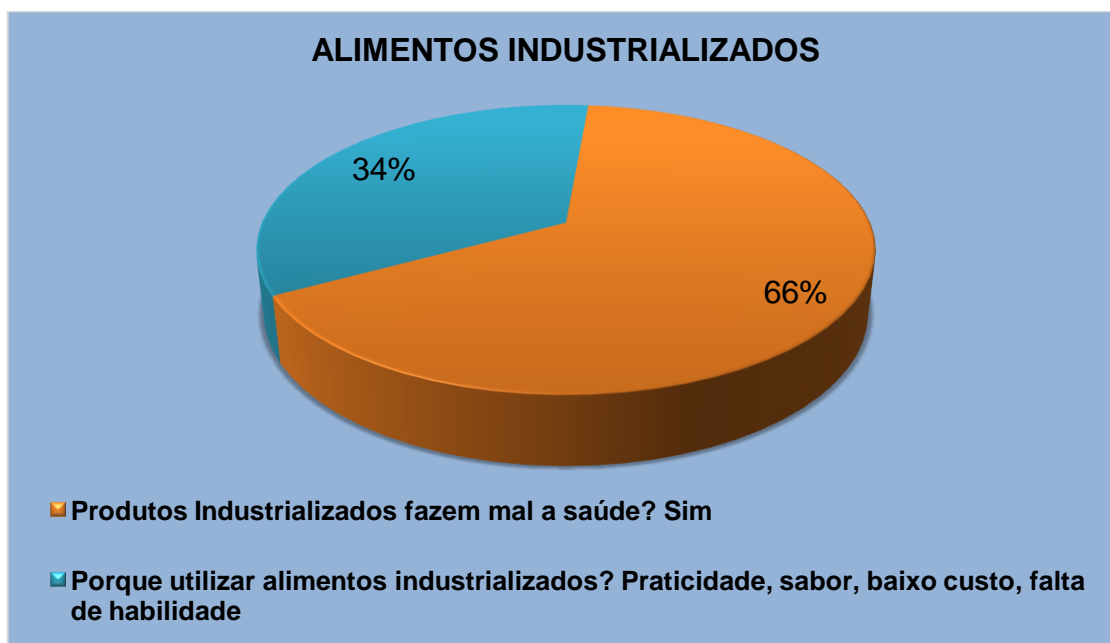


Gráfico 3. Perguntas realizadas aos militares do 3º B-log Bagé/RS.

4 CONCLUSÃO

Frente ao exposto, concluiu-se que a grande maioria dos militares tem conhecimento dos danos à saúde causada pelo consumo de produtos industrializados, no entanto, não deixam de consumi-los. A busca pela praticidade e a correria do dia a dia faz com que as pessoas façam más escolhas com relação a sua alimentação, acarretando vários problemas à saúde, mesmo que seja em longo prazo.

5 REFERÊNCIAS

- BLEIL, S. I. (1998). O Padrão Alimentar Ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. Revista de Debate. São Paulo.
- BARROS, R. R. (2008). Consumo de alimentos industrializados e fatores associados em adultos e idosos residentes no Município de São Paulo. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.
- MALUF, R. S. (2000). Consumo de alimentos no Brasil: traços gerais e ações públicas locais de segurança alimentar. Rio de Janeiro: Assessoria, formação e Estudo em políticas Sociais.

VIEIRA, V. C. R., PRIORE, S. E., RIBEIRO, S. M. R., FRANCESCHINI, S. C. C., ALMEIDA, L. P. (2002). Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. Revista de Nutrição. v.15, n..3, p.273-282.